

УДК 153.7+155.2+170

А.О. Вовк

## ПОВЕДІНКА ПОДОЛАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНА РЕСУРСНІСТЬ В ОСІБ З РІЗНИМИ РЕЛІГІЙНИМИ ПОГЛЯДАМИ

Виявлено відмінності у способах переживання і подолання життєвих труднощів між суб'єктивно більш та менш релігійними особами. Досліджено особливості зв'язків між релігійними поглядами особистості та її поведінковими схильностями в складних життєвих ситуаціях. В контексті релігійних поглядів розглянуто проблему психологічної ресурсності особистості та її ставлення до втрат і здобутків у власному житті.

**Ключові слова:** релігійні погляди, психологічна ресурсність, поведінка подолання.

Выявлены различия в способах переживания и преодоления жизненных трудностей между субъективно более и менее религиозными людьми. Исследованы особенности связей между религиозными взглядами личности и ее поведенческими склонностями в сложных жизненных ситуациях. В контексте религиозных взглядов рассмотрена проблема психологической ресурсности личности и ее отношения к жизненным утратам и приобретениям.

**Ключевые слова:** религиозные взгляды, психологическая ресурсность, поведение преодоления.

Формування і розвиток осмислених релігійних поглядів спричиняють до того, що особистість починає свідомо будувати свої взаємини з іншими, спрямовувати зусилля на самовдосконалення відповідно до своїх ціннісних орієнтацій, власних переконань і поглядів, що є виявом її духовних потреб у самореалізації та саморозвитку.

Останнім часом особливого значення набула типологія, згідно якої розрізняють персональний та аперсональний типи релігійності особистості [7]. Ці обидва типи становлять протилежні крайнощі того самого континууму, подібно до того, як у випадку зовнішньої й внутрішньої релігійності, тому конкретна особа переважно може бути охарактеризована як більш або менш персонально спрямована у своїй релігійній позиції.

Як вважають деякі дослідники, персональна релігійність характеризується наступними рисами:

1) активністю та заангажованістю релігійної особистості, які походять від внутрішнього відчуття зв'язку з Богом і породжують зацікавленість людини богословсько-релігійними питаннями;

2) спонтанністю і творчістю релігійної особистості. Свіжість переживання буття дає людині змогу постійно збагачувати свою систему переконань та ціннісних орієнтацій;

3) відкритістю до позитивного контакту з іншими течіями та позиціями;

4) автономністю релігійного життя, яка полягає в тому, що особа вважає свої релігійні переконання результатом вільного внутрішнього вибору;

5) почуттям свободи та відповідальності, тобто свідомою відкритістю релігійної особистості для цінностей, що їх приносить релігія;

6) усвідомленням цілі свого буття, тобто виявленням у життєвих обставинах певної мети, поєднанням її з релігією, яка після цього виконуватиме також і роль філософії життя;

7) постановкою у центрі не себе, а Бога і відповідних принципів стосовно життя. Персональна релігійність схиляє людину до загальнолюдських чи загальнорелігійних цінностей та, як наслідок, відповідної поведінки, яка характеризується альтруїстичністю;

8) стабільністю, тобто стійкістю основних релігійних переконань, ціннісних орієнтацій, почуттів, мотивів і вчинків особистості. Це допомагає релігійній особі протистояти негативному ставленню до неї та оберігає у стресових ситуаціях. Пережиті кризи не руйнують життя релігійної особи, а можуть її лише збагатити.

В практичному відношенні особливо цікавим є питання життєвих принципів, відповідальності та стабільності в контексті переживання особистістю складних життєвих ситуацій. Можна припустити, що існує взаємозв'язок між тими особистісними конструктами, за допомогою яких людина формує свої ставлення до життєвих складностей і тим, яку стратегію поведінки під час стресу (стратегію опанування) вона обирає. Очевидно, існують відмінності у способах переживання таких ситуацій, як зовнішніх так і внутрішніх, які дозволяють релігійній особі не тільки більш конструктивно діяти в таких обставинах, але і виносити з них більше користі, ніж це зробила б людина з менш розвинутими, глибокими і стійкими релігійними поглядами. Метою статті є з'ясування відмінностей у переживанні складних життєвих ситуацій, поведінкових стратегіях та психологічній ресурсності осіб з різними релігійними поглядами.

Психологічне призначення долаючої поведінки полягає у тому, щоб якомога краще адаптувати людину до вимог ситуації шляхом

оволодіння, послаблення або пом'якшення вимог, таким чином редукується стресовий вплив ситуації. В зарубіжній і вітчизняній психології можна виокремити три підходи до проблеми подолання [3]. Перший підхід розглядає подолання з точки зору динаміки Его як способи психологічного захисту, які послаблюють психічну напругу. Другий підхід розглядає подолання у термінах рис особистості як постійну властивість відповідати на стресові події певним чином. У третьому, найбільш поширеному підході, подолання розглядається як динамічний процес, специфіка якого визначається не тільки ситуацією, але і мірою активності особистості, спрямованої на рішення проблем, що з'явилися при виникненні стресової події.

При впливі стресора на особистість відбувається первинна оцінка, на підставі якої визначається тип ситуації, що склалася: загрозливий або сприятливий. Саме з цього моменту формуються механізми особистісного захисту. А. Лазарус [1] розглядав цей захист (процеси опанування) як здатність особистості здійснювати контроль над загрозливими або пов'язаними із задоволенням ситуаціями. Процеси опанування – це частина емоційної реакції. Від них залежить збереження емоційної рівноваги. Вони спрямовані на зменшення, усунення або видалення діючого стресора. Потім здійснюється вторинна оцінка останнього. Результатом вторинної оцінки стає вибір одного з трьох типів стратегій оволодіння:

- 1) безпосередні активні вчинки з метою зменшення або усунення небезпеки (напад або втеча);
- 2) непряма або розумова форма без прямого впливу, неможливого через внутрішні або зовнішні перешкоди, наприклад, витіснення (“це мене не стосується”), переоцінка (“це не так вже й небезпечно”), придушення, переключення на іншу форму активності, зміна напрямку емоції з метою її нейтралізації тощо.
- 3) опанування без емоцій, коли загроза особистості не оцінюється як реальна (зіткнення з транспортними засобами, побутовою технікою, повсякденними небезпеками, яких ми успішно уникаємо).

Існує достатньо велика кількість різних класифікацій стратегій поведінки опанування [3]. Можна виділити три основних критерії, на які спираються ці класифікації:

Емоційний (проблемний) копінг, спрямований на врегулювання емоційної реакції. Проблемно-фокусований копінг – спрямований на те, щоб подолати проблему або змінити ситуацію, яка викликала стрес.

Когнітивний (поведінковий) копінг: “прихований” внутрішній копінг – когнітивне вирішення проблеми, метою якої є зміна неприємної ситуації, що викликає стрес і “відкритий” поведінковий копінг – орієнтований на дії, використовуються копінг-стратегії, що спостерігаються в поведінці.

Успішний (неуспішний) копінг: використовуються конструктивні стратегії, що призводять в кінцевому результаті до опанування складної ситуації, що викликала стрес, або використовуються неконструктивні стратегії, що перешкоджають опануванню складної ситуації.

Як відзначає багато авторів, достатньо складно провести чітку межу між механізмами захисту та опанування [3]. Захисні процеси позбавляють людину від неузгодженості спонукань та амбівалентності почуттів, захищають її від усвідомлення небажаних або хворобливих емоцій, а головне – усувають тривогу і напруженість. Результативний максимум захисту одночасно є мінімумом того, на що здатне вдале опанування. Вдала поведінка опанування підвищує адаптивні можливості суб’єкта, вона реалістична, гнучка, достатньо усвідомлена, активна, включає в себе довільний вибір.

С. Хобфолл [5] запропонував багатоаспектну модель “поведінки подолання”. На відміну від попередніх моделей, долаючи поведінка розглядається як стратегії (тенденції) поведінки, а не як окремі типи поведінки. Запропонована модель має дві основні осі: просоціальна – асоціальна, активна – пасивна, і одну додаткову вісь: пряма – непряма. Дані осі являють собою виміри загальних стратегій подолання. Введення просоціальної та асоціальної осі базується на тому, що: а) багато життєвих стресів є міжособистісними або мають міжособистісний компонент; б) навіть індивідуальні зусилля подолання мають потенційні соціальні наслідки; в) поведінка подолання часто вимагає взаємодії з іншими людьми. Пряма – непряма вісь дозволяє диференціювати копінг (подолання) з точки зору поведінкових стратегій як проблемно-орієнтованих зусиль (прямих або маніпулятивних). Поведінковий підхід дозволяє вносити корекцію на рівні поведінки і є перспективним з точки зору можливостей психологічного втручання у процес подолання негативних наслідків стресових впливів.

Залежно від міри конструктивності стратегії і моделі поведінки можуть сприяти або перешкоджати успішності подолання життєвих стресів, а також здійснювати вплив на збереження здоров’я суб’єкта спілкування і праці. Активне подолання у сукупності із позитивним використанням соціальних ресурсів (контактів) підвищує стресостійкість людини. Поведінка подолання реалізується шляхом

застосування різних копінг-стратегій на основі ресурсів особистості і середовища. Ресурси долаючої поведінки можна визначити як ті індивідуальні, процесуальні та зовнішні можливості, які усвідомлюються як такі і використовуються людиною для подолання складної життєвої ситуації [2]. Одним із найважливіших зовнішніх ресурсів є соціальна підтримка. До особистісних ресурсів належать адекватна Я-концепція, позитивна самооцінка, низький нейротизм, інтернальний локус контролю, оптимістичний світогляд, емпатійний потенціал, афіліативна тенденція (здатність до міжособистісних зв'язків) та деякі інші. Виявлення процесуальних ресурсів відкриває перспективу управління долаючою поведінкою і дозволяє трактувати ресурси як біполярне утворення, коли одна і та сама властивість може актуалізуватися, ставати фактором подолання труднощів, або навпаки, фактором, що блокує подолання. Уявлення про біполярну природу ресурсів дозволяє розглядати людину і ситуацію в процесі їх взаємодії [2].

В дослідженні було застосовано опитувальник С. Хобфолла для визначення копінг-стратегій [5], опитувальник Ю. Щербатих [6] для визначення вираженості різних змістовних аспектів релігійних уявлень-вірувань та шкалу ресурсності особистості [4]. В дослідженні взяли участь 48 осіб віком від 18 до 22 років, студентів Львівського національного університету імені Івана Франка.

В результаті порівняльного аналізу, проведеного за  $t$ -критерієм встановлено, що особи, які вважають свою релігійну віру більш глибокою і стійкою, також більш схильні бачити у релігії філософську основу світогляду, ніж особи, які вважають себе менш віруючими (Мемп=9,17 проти Мемп=6,83,  $t=-3,67$ ,  $p\leq 0,01$ ). Суб'єктивно більш релігійні особи також більше схильні трактувати Бога, в першу чергу, як творця світу, ніж менш релігійні особи (Мемп=8,08 проти Мемп=5,92,  $t=-2,89$ ,  $p\leq 0,01$ ). Суб'єктивно більш релігійні особи також більш переконані у важливості релігійної віри для самосвідомості особистості, ніж менш релігійні особи (Мемп=8,42 проти Мемп=3,67,  $t=2,54$ ,  $p\leq 0,05$ ). Отже, більш релігійні особи підкреслюють значення релігійної віри для їх загального погляду на світ і для щоденного прийняття рішень в різноманітних життєвих ситуаціях, для осмислення свого місця у світі.

Суб'єктивно більш релігійні особи менш схильні до асертивних дій в складних життєвих ситуаціях, ніж менш релігійні особи (Мемп=18,92 проти Мемп=22,17,  $t=-3,67$ ,  $p\leq 0,01$ ). Суб'єктивно більш релігійні особи більш схильні до пошуку соціальної підтримки в складних життєвих ситуаціях, ніж менш релігійні особи (Мемп=24,00 проти Мемп=17,08,  $t=-4,99$ ,  $p\leq 0,01$ ). Суб'єктивно більш

релігійні особи менш схильні до поведінки уникання в складних життєвих ситуаціях, ніж менш релігійні особи (Мемп=15,25 проти Мемп=19,08,  $t=2,89$ ,  $p\leq 0,01$ ). Суб'єктивно більш релігійні особи менш схильні до асоціальних дій в складних життєвих ситуаціях, ніж менш релігійні особи (Мемп=14,17 проти Мемп=19,33,  $t=2,89$ ,  $p\leq 0,01$ ). Суб'єктивне уявлення про глибину і міцність власної релігійної віри прямо пов'язане із схильністю бачити у релігії філософську основу світогляду ( $r=0,50$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю трактувати Бога, перш за все, як творця світу ( $r=0,49$ ,  $p\leq 0,01$ ), переконанням, що релігія має велике значення для самосвідомості особистості ( $r=0,67$ ,  $p\leq 0,01$ ). Суб'єктивне уявлення про глибину і міцність власної віри прямо пов'язане із схильністю шукати соціальної підтримки у складних життєвих ситуаціях, а також перебуває в оберненому зв'язку із схильністю до асертивних ( $r=-0,36$ ,  $p\leq 0,01$ ) та асоціальних ( $r=-0,42$ ,  $p\leq 0,01$ ) дій в складних життєвих ситуаціях. Жінки вважають себе більш глибоко і послідовно віруючими, ніж чоловіки. Більш релігійні особи схильні в складних життєвих ситуаціях діяти, перш за все, просоціально, по-друге, уникати прямих активних дій, спрямованих на захист своїх інтересів. Крім того, вони схильні бути більш відповідальними в складних життєвих ситуаціях, не уникаючи їх вирішення і не перекладаючи, в такий спосіб, це вирішення на оточуючих.

Менш релігійні особи важче сприймають свої втрати, більше сконцентровані на них, ніж суб'єктивно менш релігійні особи (Мемп=88,00 проти Мемп=66,75,  $t=3,12$ ,  $p\leq 0,01$ ), а також менше цінують свої здобутки, ніж суб'єктивно більш релігійні особи (Мемп=70,67 проти Мемп=97,92,  $t=4,07$ ,  $p\leq 0,01$ ). Індекс ресурсності в осіб з більшою та меншою суб'єктивною релігійністю не відрізняється. Можна сказати, що більш релігійні особи в цілому інакше ставляться до своїх втрат і здобутків, ніж менш релігійні особи. Вони схильні і за втрати, і за здобутки дякують Богу, вважаючи, що він веде їх у напрямку до спасіння, отже, взагалі є більшшими оптимістами, підводячи підсумки свого життя. Проте, менш релігійні особи не програють більш релігійним у показнику ресурсності, і це є свідченням того, що не тільки внутрішнє ставлення до проблеми здобутків і втрат визначає ресурсність особистості, ця проблема є значно складнішою і потребує подальшого вивчення.

Схильність до асертивних дій в складних життєвих ситуаціях обернено пов'язана із схильністю шукати в релігії підтримку ( $r=-0,29$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю трактувати Бога, перш за все, як творця світу ( $r=-0,34$ ,  $p\leq 0,01$ ), переконанням, що релігія має велике значення для самосвідомості людини ( $r=-0,41$ ,  $p\leq 0,01$ ). Особи, які у

всьому покладались на себе, вірили тільки в себе і свої сили, загалом не схильні вважати релігійну віру важливою. Бога їм іноді заміняє уявлення про власну всемогутність.

Схильність до пошуку соціальної підтримки в складних життєвих ситуаціях прямо пов'язана із схильністю бачити в релігії філософську основу світогляду ( $r=0,55$ ,  $p\leq 0,01$ ), підтримку ( $r=0,30$ ,  $p\leq 0,01$ ) та переконанням, що релігія має велике значення для самосвідомості людини ( $r=0,53$ ,  $p\leq 0,01$ ). Релігійна віра тісно пов'язана з просоціальною орієнтацією, з пошуком ресурсу для себе в мережі соціальних контактів, у взаємодії з іншими. Якість та спосіб такої взаємодії чітко окреслюється більшістю релігійних систем, які приділяють стосункам людини з оточуючими багато уваги.

Схильність до імпульсивних дій в складних життєвих ситуаціях прямо пов'язана із схильністю поєднувати релігійну віру із вірою в магію ( $r=0,38$ ,  $p\leq 0,01$ ). Віра у магію в більшості випадків є наслідком необізнаності людини, несформованості її світогляду та релігійних поглядів. Як бачимо, з точки зору поведінки в стресових ситуаціях віра в магію є шкідливою, оскільки призводить до необдуманих, хаотичних дій, якими можна зашкодити собі та іншим.

Схильність до непрямих дій в складних життєвих ситуаціях прямо пов'язана із вірою у псевдонауку ( $r=0,41$ ,  $p\leq 0,01$ ) та обернено пов'язана з переконанням, що релігія має велике значення для самосвідомості людини ( $r=-0,28$ ,  $p\leq 0,01$ ). Псевдонаука (астрологія, уфологія, екстрасенсорика), як варіант псевдодуховності, активно використовується для маніпуляцій масовою свідомістю з метою реалізації цілей. Непрямі (маніпулятивні) дії вважаються більш доцільними в ситуаціях, які передбачають екстраординарні обставини.

Схильність до асоціальних дій у складних життєвих ситуаціях обернено пов'язана зі схильністю бачити у релігії філософську основу світогляду ( $r=-0,52$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю шукати підтримку в релігії ( $r=-0,29$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю трактувати Бога, перш за все, як творця цього світу ( $r=-0,29$ ,  $p\leq 0,01$ ), переконанням, що релігія має велике значення для самосвідомості ( $r=-0,49$ ,  $p\leq 0,01$ ) та моральності ( $r=-0,34$ ,  $p\leq 0,01$ ) людини. Схильність до агресивних дій у складних життєвих ситуаціях обернено пов'язана з переконанням, що релігія має велике значення для моральності людини ( $r=-0,31$ ,  $p\leq 0,01$ ). Асоціальна орієнтація особистості виключає традиційну релігійність, проте може бути використана в деструктивних релігійних культах.

Кількість втрат прямо пов'язана з кількістю здобутків ( $r=0,50$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю поєднувати релігійну віру з вірою в магію ( $r=0,37$ ,  $p\leq 0,01$ ), вірою у псевдонауку ( $r=0,39$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю



до імпульсивних дій ( $r=0,34$ ,  $p\leq 0,01$ ), уникання ( $r=0,33$ ,  $p\leq 0,01$ ), непрямих (маніпулятивних) дій ( $r=0,44$ ,  $p\leq 0,01$ ) та асоціальних дій ( $r=0,35$ ,  $p\leq 0,01$ ) в складних життєвих ситуаціях. Кількість втрат обернено пов'язана з ресурсністю особистості ( $r=-0,45$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю бачити в релігії філософську основу світогляду ( $r=-0,40$ ,  $p\leq 0,01$ ), значимістю релігійної віри для самосвідомості особистості ( $r=-0,33$ ,  $p\leq 0,01$ ), суб'єктивним уявленням про глибину і міцність власної релігійної віри ( $r=-0,37$ ,  $p\leq 0,01$ ) та схильністю до пошуку соціальної підтримки в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,30$ ,  $p\leq 0,01$ ). Непослідовні, непрямі та асоціальні дії в складних життєвих ситуаціях можуть бути як наслідком, так і причиною важких життєвих втрат. Такі основи світогляду як віра у псевдонауку і магію також роблять людину беззахисною перед екстраординарними життєвими обставинами. Соціальна орієнтація та розвинутий, послідовний релігійний світогляд, який знаходить своє відображення у способі життя особистості – це важливі психологічні ресурси, які дозволяють пережити втрати конструктивно, винести максимальну користь з несприятливих обставин, зробити правильні висновки на майбутнє.

Кількість здобутків прямо пов'язана з ресурсністю особистості ( $r=0,51$ ,  $p\leq 0,01$ ), статтю ( $r=0,35$ ,  $p\leq 0,01$ ), а також перебуває в оберненому зв'язку з уявленням про значення релігійної віри для самосвідомості особистості ( $r=-0,37$ ,  $p\leq 0,01$ ), суб'єктивним уявленням про глибину і міцність власної релігійної віри ( $r=-0,50$ ,  $p\leq 0,01$ ) та схильністю до пошуку соціальної підтримки в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,29$ ,  $p\leq 0,01$ ). Цікаво, що чоловіки більш схильні помічати та цінувати свої здобутки. Можливо, більш релігійні жінки схильні трактувати свої здобутки як те, що дано їм Богом, а чоловіки використовують свої здобутки як засіб самоствердження. Цікаво також, що як втрати, так і здобутки менше помічаються більш релігійними людьми, можливо, саме через те, що вони, з одного боку, здатні дякувати Богу за все, а з другого – мають дещо інакшу систему цінностей, інші актуальні цінності і здобутки духовного порядку, які не були зазначені в запропонованому списку.

Ресурсність особистості обернено пов'язана зі схильністю поєднувати релігійну віру з вірою в магію ( $r=-0,33$ ,  $p\leq 0,01$ ) та вірою в псевдонауку ( $r=-0,32$ ,  $p\leq 0,01$ ). Отже, як менш релігійні, так і більш релігійні особи можуть бути однаково психологічно ресурсними, проте, відрізнятимуться структурними та процесуальними характеристиками ресурсності, як зовнішньої так внутрішньої. Цікаво, що забобони, маніпулятивне ставлення до оточуючих та засвоєння таких сурогатних варіантів духовності, як псевдонаука позбавляють



людину ресурсів: це може призвести до поведінкових та соціальних проблем, ізольованості і навіть психопатологічних розладів.

Факторний аналіз дозволив виділити п'ять факторів, що загалом пояснюють 63,38% розподілу емпіричних даних дослідження. Перший фактор має факторну вагу 4,95 та пояснює 22,51% розподілу даних дослідження. Він об'єднав змінні статі (факторне навантаження -0,87), трактування релігії як філософської основи світогляду (0,78), переконання у важливості релігії для самосвідомості особистості (0,78), суб'єктивне уявлення про глибину і міцність власної релігійної віри (0,82) та схильність до пошуку соціальної підтримки в складних життєвих ситуаціях (0,78). Його можна назвати фактором релігійної самосвідомості. Другий фактор має факторну вагу 3,14 та пояснює 14,27% розподілу даних дослідження. Він містить змінні кількості втрат (0,73) та непрямих дій (0,75), відповідно, його можна назвати фактором життєвих втрат та маніпулятивного ставлення до оточуючих в складних життєвих ситуаціях. Третій фактор має факторну вагу 1,99 та пояснює 9,08% розподілу даних дослідження. Він об'єднав змінні пошуку підтримки в релігійній вірі (0,71). Його можна назвати фактором підтримуючої функції релігійної віри. Четвертий фактор має факторну вагу 2,11 та пояснює 9,61% розподілу даних дослідження. Він містить змінну агресивних дій (0,72), відповідно, його можна назвати фактором агресивних дій в складних життєвих ситуаціях. П'ятий фактор має факторну вагу 1,74 та пояснює 7,9% розподілу даних дослідження. Він містить змінну ресурсності (0,75), відповідно, його можна назвати фактором зниженої ресурсності. Результати факторного аналізу підтверджують вищенаведені дані про опосередковану залежність ресурсності особистості від її релігійних поглядів, залежність релігійних поглядів особистості від її статі та просоціальну орієнтацію більш релігійних осіб, а також про залежність кількості та особливостей переживання втрат від релігійних поглядів і маніпулятивного ставлення до оточуючих.

Проведене дослідження дозволяє дійти наступних висновків. Особи з різними релігійними поглядами характеризуються різними структурними та процесуальними особливостями ресурсності. Суб'єктивно більш релігійні особи є більш просоціально орієнтованими, менш налаштованими на пряме самоствердження та менш схильними уникати труднощів і перекладати відповідальність на оточуючих в екстраординарних життєвих обставинах. Вони схильні менше звертати увагу як на свої втрати, так і на свої здобутки через те, що інакше до них ставляться. Проте, суб'єктивно більш релігійні особи в кількісному відношенні не є більш психологічно ресурсними,

ніж суб'єктивно менш релігійні особи (у вузькому розумінні ресурсності згідно застосованої психодіагностичної методики). Цікаво, що віра в магію і псевдонауку призводять до імпульсивних та маніпулятивних дій, дезорганізованої та асоціальної поведінки і фактично обеззброюють людину перед складними життєвими ситуаціями. Психологічна ресурсність є складним і багатокомпонентним утворенням, яке потребує подальших досліджень.

#### **Список використаних джерел**

1. Абабков В. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии / В.Абабков, М.Перре. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с.
2. Кожевникова Е. Ю. Психологические ресурсы в преодолении трудных жизненных ситуаций // Психология XXI века. Тезисы Международной научно-практической конференции студентов и аспирантов. – СПб.: Издательство Санкт-Петербургского университета, 2002. – С.106–108.
3. Малкина-Пых И.Г. Психология поведения жертвы.–М.: Изд-во Эксмо, 2006.–1008 с.
4. Практикум по клинической психологии. Методы исследования личности / Под ред. П.В. Яньшина. – СПб.: Питер, 2004. – 336 с.
5. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / Под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. – СПб.: Речь, 2001. – 448 с.
6. Справочник практического психолога. Психодиагностика / Под общ. ред. С.Т. Посоховой. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2006. – 671 с.
7. Wulff D. Psychologia religii. – Warszawa, 1999. – 546 s.

The differences of experience and coping modes of life difficulties between subjective more and less religious persons are found out. The peculiarities of connections between personal religious views and behavioral dispositions in difficult life situations are investigated. The problem of psychological personal resources and personal attitudes to losses and gains in life in context of religious views is considered.

**Keywords:** religious views, psychological resources, coping behaviour.

*Отримано: 13.09.2010*